



**Nombre del alumno:  
Nancy alidahi Roblero Pérez  
Nombre del profesor:  
Magner Joel Herrera  
nombre de la materia :  
Desarrollo humano  
Nombre del tema:  
Inteligencia emocional  
nombre de la licenciatura :  
psicóloga general**

**. Fecha de entrega  
01/08/2023**

# INTELIGENTE EMOCIONAL

""eS la capacidad de reconocer nuestro propios sentimientos y ajenos, motivarnos y manejar bien las emociones en nosotros mismos y en nuestras relaciones"

DANIEL GOLEMAN

## Componentes de inteligencia emocional ♥

### **AUTOCONOCIMIENTO**

**El conocimiento de las propias emociones**

### **AUTOCONTROL**

**Capacidad para controlar las emociones**

### **AUTOMOTIVACIÓN**

**Capacidad de motivar a uno mismo.**

### **EMPATÍA**

**Conocer las emociones de los demás.**



### **SOCIABILIDAD**

**Tener el control de las relaciones**

**LA INTELIGENCIA EMOCIONAL ES MUY IMPORTANTE. NOS BRINDA MÁS POSIBILIDADES DE ÉXITO Y DESARROLLO PERSONAL.**